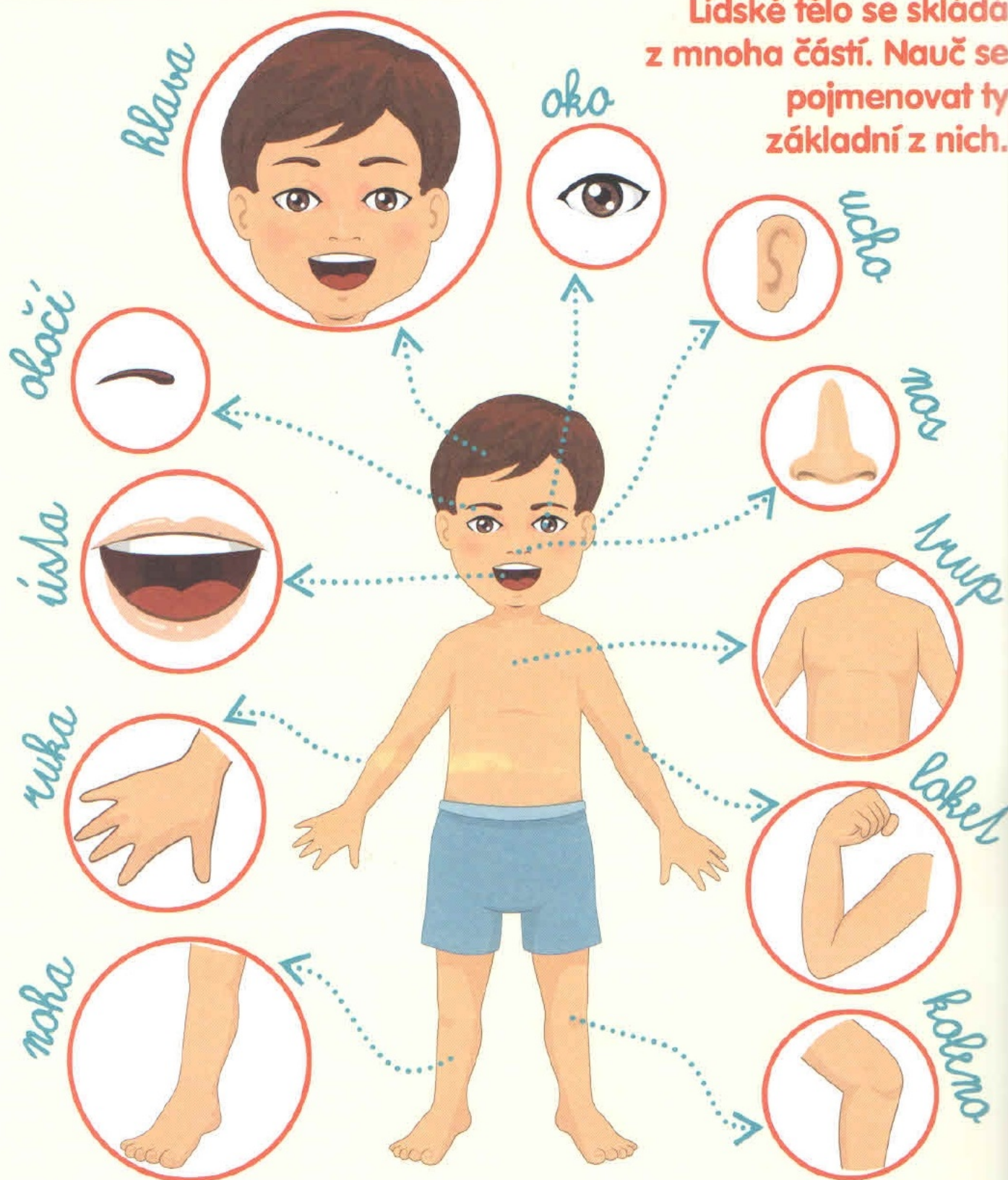


## POJMENUJ ČÁSTI LIDSKÉHO TĚLA

Lidské tělo se skládá z mnoha částí. Nauč se pojmenovat ty základní z nich.



ÚKOL: PROHLÉDNI SI OBRÁZEK. POJMENUJ SPRÁVNĚ ČÁSTI LIDSKÉHO TĚLA. NAUČ SE JE ZNÁT.

## CO KTERÁ ČÁST TĚLA UMÍ VNÍMAT?

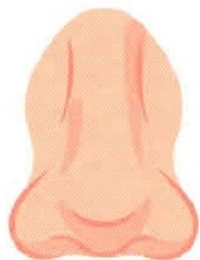
ÚKOL: ZAPAMATUJ SI, CO NÁM NAŠE SMYSLY POMÁHAJÍ ROZLIŠOVAT.



zrak



sluch



čich



chuť



hmat



Očima vnímáme svět kolem sebe. K tomu nám pomáhá zrak (vidění). Ušima nasloucháme všem, pomáhá nám sluch. Nosem cítíme vůně a pachy, pomáhá nám schopnost čichu.

Ústy rozpoznáváme různé druhy chutí. Ruce nám kromě jiného díky hmatu přinášejí informaci o povaze předmětů, na které sáhneme.

# Hádanky

ZEMĚ

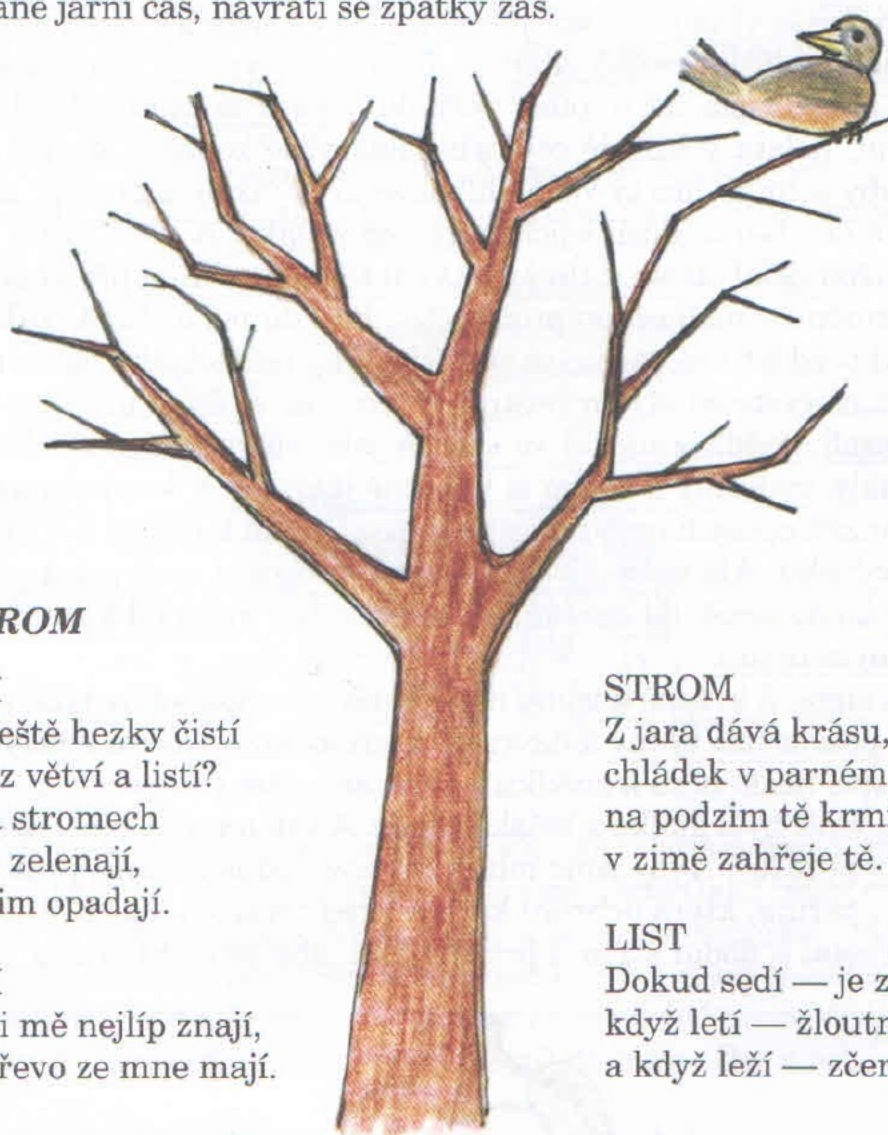
Co je nejbohatší?

PODZIM

Kdo bez štětce, bez barev  
obarví nám pestře les?

STĚHOVAVÍ PTÁCI

Na podzim se hejna sletí, v cizí kraje od nás letí.  
Až nastane jarní čas, navrátí se zpátky zas.



TÉMA: **STROM**

STROM

Komu deště hezky čistí  
korunu z větví a listů?  
Listy na stromech  
v létě se zelenají,  
na podzim opadají.

STROM

Truhláři mě nejlíp znají,  
pěkné dřevo ze mne mají.

Kolik je na stromě listů?

(tolik co stopek)

STROM

Z jara dává krásu,  
chládek v parném létě,  
na podzim tě krmí,  
v zimě zahřeje tě.

LIST

Dokud sedí — je zelený,  
když letí — žlutne  
a když leží — zčerná.

# Čas na svačinu

Naším kamarádům už pěkně kručí v bříšku, a proto by si rádi dali nějakou tu dobrotu. Jenomže svačina je až na druhém konci bludiště. Pomůžeš zvířátkům, aby se k jídlu dostala co nejrychleji? Sleduj cestičky podle začátečních písmen jejich jmen a zjisti, na čem si kdo pochutná.



# podzimu

## Vlašské ořechy

Vlašský ořech je vlastně pecka plodu, který vyrůstá na ořešáku královském. Tvoří ji lahodné jádro obalené tvrdou skořápkou. Ta je ukryta v zeleném obalu, který při dozrávání postupně tmavne. Na zem padají ořechy s prasklým obalem, z něhož samy vyklouznou, nebo v něm zůstanou schované. To se pak musejí z kabátku dostat ručně.

Když budeš s vyloupáváním ořechů pomáhat, připrav se na to, že budeš mít několik dní hnědé prsty! Ale stojí to za to – vlašské ořechy jsou moc zdravé a dobré!



## Kaštany

Kaštany na podzim padají na zem z větví statného stromu, který se správně nazývá jírovec maďal. Hnědé kuličky, kterých si děti domů nosí plné kapsy, se ukrývají v zelených tobolkách pokrytých ostrými bodlinami. Ty většinou zůstanou ležet pod stromem, ale s kulatoučkými lesklými plody se dají dělat hotové zázraky – třeba z nich vyrábět figurky, házet jimi na cíl, sbírat je na zimu pro zvířátka anebo je nosit jen tak pro radost v kapse.

## Jeřabiny

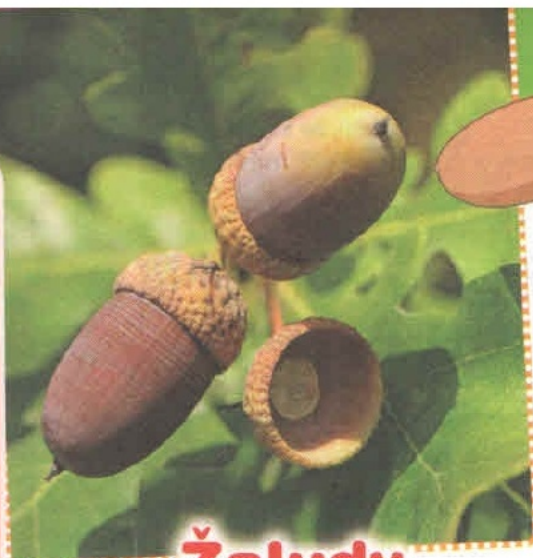
Jeřabiny mohou být oranžové až tmavě červené – záleží na druhu jeřábu, na kterém rostou. Voní po jablkách, ale chutnají trochu trpce. Zato obsahují spoustu vitamínu C, železo, vápník a jód. Proto si našly své místo i v kuchyni. Hospodyňky z nich připravují sladoučkou marmeládu, mošt, kompot a samozřejmě i čaj. A holčičky si můžou jeřabiny navléknout na šňůrku a vyrobit si nádherné korále!



Nezkusíme  
vyrobit z kaštanů  
nějaká zvířátka?



Foto: Shutterstock



## Žaludy

Žaludy jsou suché plody dubu. Skládají se ze dvou částí – z čepičky (takzvané čísky) a z vlastního plodu, oříšku. Když je na podzimní procházce nasbíráš do košíku, můžeš je pak v zimě odnést zpátky do lesa a nasypat je zvířátkům. Budou ti vděčná, protože pod sněhem se potrava špatně hledá. A víš, že dřív, když lidé na vesnici neměli co jíst, mleli z žaludů mouku a připravovali si z ní nápoj nahrazující kávu?

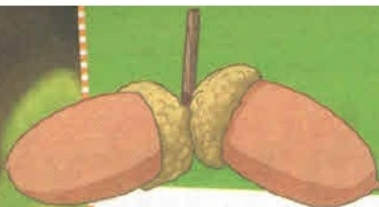


## Bukvice

Jak už název napovídá, bukvice jsou plody buku. Jsou to trojboké nažky pokryté měkkými ostny. Protože obsahují velké množství tuku, lisoval se z nich dřív olej. Bukvice se pro svou nasládlou chuť dokonce prodávaly na trzích jako pamlsék. Dnes si na nich v zimě pochutnávají zejména lesní zvířátka.



# Plody



S košíkem se nemusí chodit jenom do lesa na houby. Vezmi si ho s sebou i na podzimní výlet a přines si domů spoustu pokladů. Můžeš z nich vytvořit působivou podzimní výzdobu. A inspirovat se můžeš rovnou na téhle dvoustraně.

## Šípky

Tohle jsou pro změnu plody planě rostoucí růže šípkové. Mají oválný tvar a na keřích září červenou nebo oranžovou barvou.



Úplně jako korálky! Šípky jsou velmi zdravé – obsahují spoustu vitamínu C a A, proto se odedávna využívají v přírodním léčitelství. Své uplatnění našly i v kuchyni – z šípků se připravuje marmeláda, sirup nebo omáčka ke zvěřině. A šípkový čaj si můžeš uvařit i ty: 2 čajové lžičky drcených šípků zalij 250 ml horké vody, nech vyluhovat, přeced přes sítko, a posilující nápoj do podzimních plískanic je na světě!

## Lískové oříšky

Lískový ořech je plodem lísky, a i ta ukryla do tvrdé skořápky spoustu cenných živin. Oříšky obsahují vitamíny, minerály o kvalitní tuky. Skvěle se hodí ke svačince třeba na dlouhém výletě nebo při sportování – dokážou totiž dodat tělu velké množství energie. Ale spíš než v čokoládě nebo v dortíku si je dej raději samotné!



LISTOPAD JE PODZIMNÍ .

ZA CHVÍLI PŘIJDE  .

A    SI NA ZIMU DĚLAJÍ  
ZÁSoby JÍDLA A ZATEPLUJÍ SVŮJ .

NĚKTEŘÍ    DOVEDOU  
PŘEČKAT ZIMU, PROTOŽE SE CHLADNÉMU  
POČASÍ UMÍ PŘIZPŮSOBIT.

VYSOKO V KORUNÁCH    
SI V ZIMĚ NEJČASTĚJI LEBEDÍ ČERNÍ  .

JSOU ALE TAKÉ   STĚHOVAVÍ,  
KTEŘÍ NA ZIMU ODLÉTAJÍ DO DALEKÝCH

TEPLÝCH KRAJIN A NA JAŘE  
SE K NÁM ZASE VRÁTÍ.



## O ČERVENÉM ŠÍPKU

**V**e školce se paní učitelky snažily vytvořit dětem každý den pestrý program. Podzimní vycházky do okolí byly pro děti poutavými výlety, kdy se pokaždé dozvěděly něco nového.

I dnes dopoledne v chladném, ale slunečném podzimním dni se děti vypravily k místu, kde rostla řada krásných šípkových keřů. Jejich lesklé červené plody svítily do dálky a děti se učily opatrně otrhat plody tak, aby zůstaly celé a jejich prsty nebyly zasaženy růžovými trny.

Část plodů nechaly paní učitelky usušit na společné zimní tvoření, část jim posloužila na přípravu vydatného čaje, který má velké množství vitamínu C. Ten je velmi důležitý pro ochranu našeho těla před nepřízní počasí a nachlazením. Odpoledne si děti šípky kreslily a vyráběly papírové čelenky.

Holčičky se tak proměnily v šípkové víly a kluci na sebe vzali podobu strašidelných postav.



**ÚKOL:** JAKÉ PLODY DĚTI POZNALY  
NA VYCHÁZCE? PROČ JE ČAJ  
Z NICH LÉČIVÝ?

